

<<老年病中医保健>>

图书基本信息

书名：<<老年病中医保健>>

13位ISBN编号：9787117082174

10位ISBN编号：7117082178

出版时间：2006-12

出版单位：人民卫生

作者：陈勇毅

页数：299

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<老年病中医保健>>

### 内容概要

随着我国老龄社会的到来，老年人的医疗保健的需求日益增长。

向老年人普及中医保健知识，使其对老年常见病的发病、调治和康复等有正确认识，配合医生治疗，对祛除疾病，早日康复，延缓衰老，健康长寿是非常有意义的。

有鉴于此，编者对书稿进行了全面系统的修订，立足中医独特的摄生却病方法，结合现代医学老年病诊治新进展，系统介绍老年病的调治与保养知识。

对原书稿篇幅作了较多的压缩，病种选择较原书有所减少，重点介绍14种常见老年病的诊断、治疗和保健方法，对有关内容补充了最新资料，并强调病人自我保养措施，删去一些较为专业的治疗方法，如针灸、推拿等，部分药膳、菜肴等内容予以归类优化，以突出通俗性、实用性和可操作性。

同时，保留原书上篇的大部分内容，介绍中医调治老年病的概况，以显示中医对老年人养生保健的特色和优势。

原书的部分内容、次序进行进一步的调整，大部分标题重新拟定，使其更加简洁醒目、通顺易懂。

<<老年病中医保健>>

作者简介

陈勇毅，毕业于浙江中医学院。

从事中医内科临床、中医文献研究和临床科研工作近30年。

现任浙江省立同德医院、浙江省中医药研究院副院长，主任中医师，硕士研究生导师。

为浙江省中医药重点学科中医文献学学科带头人，主编或参编学术著作10余部，获省部级科技成果奖4项。

## &lt;&lt;老年病中医保健&gt;&gt;

## 书籍目录

一、人老了就要生病吗 老年期的划分 天年知多少 什么是老年病 老年保健和老年病防治的意义

二、中医学对老年病的认识 历代医家探索老年病防治良方 人体衰老变化的特点 中医老年病的病理特点

三、老年人中医保健要则——调养 精神调养 起居有节 膳食合理 运动健身 环境适宜 嗜好改良 自我按摩

四、中风病人的家庭调养 什么叫中风 什么叫小中风 中风是怎样发生的 中风病人的日常生活护理 中风的中医养护与调摄 预防老年中风的饮食 中风病人康复期的饮食 防治中风的菜肴 中风康复的药膳 中风康复的药酒 防治中风的药茶 防治中风单验方 治疗中风后遗症的中成药 中风后遗症病人的按摩疗法 中风后遗症病人的康复锻炼 中风的家庭急救常识

五、老年痴呆预防为先 何谓老年痴呆 中医学对老年痴呆的认识 临床症状繁杂 老年痴呆有别老年健忘 勤用脑防痴呆 调治痴呆古方 简易益智按摩 活动手指可聪脑 预防痴呆食疗便方 家庭护理注意事项

六、老年高血压病的调治 什么是老年高血压病 老年高血压病的特点 老年高血压病的治疗原则 中医学对高血压的认识 中医怎样防治高血压 老年高血压病辨证分型与治疗 老年高血压病的单验方 老年高血压病外治法 老年高血压病常用中成药 老年高血压病简易食疗方 老年高血压病常用药膳食谱 老年高血压病降压药茶 老年高血压病自我按摩 老年高血压病足部按摩 老年高血压病降压体操 老年高血压病音乐疗法 老年高血压病日常起居调摄

七、“老慢阻”重在气通顺 什么是老年慢性阻塞性肺疾病 吸烟者的悲哀 外邪侵袭肺脏得病 肺病不愈责之虚损 气不顺咳嗽作 饮食嗜好有节度 人逍遥咳喘疗 寒暑避之有时 咳嗽该吃什么菜 肺胀该吃什么菜 喘证怎样用药膳 选用单验方 选用中成药 选用按摩方法

八、老年胃炎七分养 什么是慢性胃炎 调养的一般措施 饮食调理须重视 老年人慢性胃炎的药膳 如何选用中成药 防治胃炎单验方 按摩疗法可祛病

九、老年便秘中医来通畅 中医话老年便秘 老年便秘危害多 老年性便秘是怎样发生的 老年便秘预防和注意事项 常用中成药的选用 家庭药茶疗法 家庭药酒疗法 家庭药膳疗法 家庭药粥疗法 家庭肛肠疗法 家庭敷脐疗法 家庭按摩疗法 熏洗和鼻疗法 简易单验方和食疗方

十、老年糖尿病可防可治 老年人为什么易患糖尿病 老年糖尿病的病因特点 老年糖尿病的临床特点 老年糖尿病的治则特点 老年消渴有征兆 中医辨治老年消渴具特色 老年消渴并发症的防治 单方验方疗消渴 降糖中药有哪些 食物降糖可参选 老年消渴的饮食疗法 老年消渴菜肴的选用 体育疗法疗消渴 调摄七情疗消渴

十一、前列腺增生调治有方法 什么是前列腺增生症 前列腺增生症为什么多见于老年人 前列腺增生症的症状有哪些 防治前列腺增生症菜肴的选用 防治前列腺增生症药膳的选用 防治前列腺增生症单验方的选用 防治前列腺增生症中成药的选用 防治前列腺增生症按摩法的选用

十二、更年期综合征病人的中医保养 更年期综合征是怎样发生的 更年期综合征最突出的症状有哪些 更年期有哪些变化 更年期综合征的临床表现怎样 更年期不可怕调摄有讲究 更年期菜肴的选用 更年期药膳的选用 更年期中成药的选用 更年期简便方的选用

十三、老年抑郁症——老年人的精神障碍 什么是老年抑郁症 中医对老年抑郁症的认识 老年抑郁症常用中成药 老年抑郁症情志疗法 老年抑郁症兴趣疗法 老年抑郁症运动疗法 老年抑郁症药茶疗法 老年抑郁症药酒疗法 老年抑郁症药粥疗法 老年抑郁症药点疗法 老年抑郁症药膳疗法 老年抑郁症预防要点

十四、老年性白内障的预防和护理 什么是老年性白内障 老年性白内障是怎样产生的 怎样预防老年性白内障 怎样护理老年性白内障患者 怎样选用防治老年性白内障的菜肴 怎样选用防治老年性白内障的药膳 怎样选用防治老年性白内障的单验方 怎样选用防治老年性白内障的中成药

十五、老年重听从容应对 人的听力是如何形成的 什么是老年性听力减退 老年性听力减退是如何发生的 老年人多少岁开始听力下降 暴怒以后耳朵怎么听不见了 老年性听力减退应与哪些耳聋相鉴别 老年性听力减退的一般对策 老年性听力减退的中医治疗 老年性听力减退的中成药 老年性听力减退的单验方 老年性听力减退的食疗方 老年性听力减退的生活起居 老年性听力减退的饮食宜忌

十六、老人瘙痒要注意细节的调理 什么是老年性瘙痒症 澡堂里的烦恼 外风侵袭皮肤得病 内风起瘙痒作 伤感动情生痒疾 注意生活细节 吃些什么菜肴 吃些什么药膳 如何选用单验方 如何选用中成药 怎样进行自我按摩

十七、骨质疏松早治疗 什么是骨质疏松症 骨质疏松症是怎样发生的 影响骨骼健康的风险因素 中医学对骨质疏松症的认识 中医的腰痛、骨痠、骨痹是什么 原发性骨质疏松症的临床表现 原发性骨质疏松骨折的处理原则 制订切实有效的用药方案 骨质疏松性骨折

<<老年病中医保健>>

的中药治疗 骨质疏松症的食疗药膳 正确使用治疗药物 骨质疏松症防治注意事项

<<老年病中医保健>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>